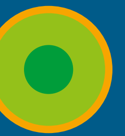




Wandern im Biosphärengebiet

Biosphärengebiet Schwäbische Alb



Wandern im Biosphärengebiet Schwäbische Alb

Mit unterschiedlichen Landschaftstypen, dem sanften Auf und Ab der Hochalb und dem markanten Steilabfall des Albtraufs eignet sich das Biosphärengebiet Schwäbische Alb hervorragend zum Wandern, sowohl für Genusswanderer und Familien als auch für anspruchsvolle Sportler. Unterwegs erwarten Sie wildromantische Schluchtwälder, verschlungene Flusstäler, glasklare Bäche, weitläufige Wacholderheiden und blühende Streuobstwiesen. Die einzigartige Kulturlandschaft der Schwäbischen Alb mit ihrer artenreichen Tier- und Pflanzenwelt wurde von der UNESCO zum Biosphärenreservat von weltweiter Bedeutung erklärt. Entlang des imposanten Albtraufs und an den Tälern der Albhochfläche entdecken Sie eindrucksvolle Burganlagen, Schlösser und Ruinen, die Sie einladen, die aufregende Geschichte der Schwäbischen Alb hautnah zu erleben. Versteinerte Meeresriffe, Vulkankrater, tiefe Spalten und unzählige Höhlen zeugen von der bewegten geologischen Vergangenheit der Schwäbischen Alb, die aufgrund dieser Besonderheiten auch als UNESCO Geopark ausgezeichnet wurde. 30 zertifizierte Prädikatswanderwege genügen den höchsten Ansprüchen und stellen neben dem bekannten Fernwanderweg „Albsteig" besonders attraktive Wanderangebote im Biosphärengebiet dar. Eine selbsterklärende Beschilderung leitet Sie auf naturbelassenen Pfaden durch die abwechslungsreiche Landschaft. Am Wegesrand erwarten Sie hervorragende Einkehrmöglichkeiten mit regionaler, schwäbischer Küche. Kommen Sie auf die Alb, um Ruhe von Alltag und Hektik zu finden und unvergessliche Wandermomente zu erleben.

www.wandern.biosphaerengebiet-alb.de





1 – 21 hochgehberge

21 ausgezeichnete Prädikatswanderwege
www.hochgehberge.de



1 hochgehblickt
2 hochgehadelt
3 hochgehnießen
4 hochgehlegen
5 hochgehfestigt
6 hochgehkeltert
7 hochgehsiedelt
8 hochgehflogen
9 hochgehwachsen
10 hochgehtürmt
11 hochgehkämpft
12 hochgehträumt
13 hochgehhütet
14 hochgehsprudelt
15 hochgehgrenzt
16 hochgehbürzelt
17 hochgehswiggert
18 hochgehlautert
19 hochgehackert
20 hochgehschätzt
21 hochgehpilgert

22 Albsteig

Start: Wanderheim Rossberghaus
Ziel: Deutsches Haus, Weilheim/Teck
Länge: 90 km
Anreise: Bahn bis Mössingen, Bus bis Gönningen
www.schwaebischealb.de/wandern/albsteig

Erlebniszentren

Neben dem Biosphärenzentrum Schwäbische Alb, dem Hauptinformationszentrum des Biosphärengebiets Schwäbische Alb, gibt es weitere 18 Informations- und Erlebniszentren, die Sie vor Ort begrüßen.
www.biosphaerengebiet-alb.de

23 Wege der Besinnung und Einkehr

Start: Infozentrum Ehinger Alb, Dächingen
Ziel: Rundweg
Länge: 53 km
Anreise: Bahn bis Ehingen, Bus bis Dächingen
www.besinnungsweg-ehinger-alb.de

24 Gustav-Ströhmfeld-Weg

Start: Metzingen, Bahnhof
Ziel: Neuffen
Länge: 22 km
Anreise: Bahn bis Metzingen oder Neuffen
www.wege.albverein.net/themenwege/gustav-stroehmfeld-weg

25 – 29 Grafensteige

Premiumwandern rund um Bad Urach
www.grafensteige.de

25 Hochbergsteig

Start: Bad Urach, Sportplatz Zittelstatt
Ziel: Rundweg
Länge: 7,7 km
Anreise: Bahn bis Bad Urach Bahnhof, Bus 108 bis Teckstraße
www.grafensteige.de

26 Hohenwittlingensteig

Start: Wittlingen, Parkplatz Hohenwittlingen
Ziel: Rundweg
Länge: 6,3 km
Anreise: Bahn bis Bad Urach Bahnhof, Bus bis Wittlingen
www.grafensteige.de

27 Seeburgsteig

Start: Seeburg, Ortsmitte
Ziel: Rundweg
Länge: 8,2 km
Anreise: Bahn bis Bad Urach Bahnhof, Bus bis Seeburg
www.grafensteige.de

28 Wasserfallsteig

Start: Bad Urach, Parkplatz Maisental
Ziel: Rundweg
Länge: 10,6 km
Anreise: Bahn bis Bad Urach Wasserfall
www.grafensteige.de

29 Hohenurachsteig

Start: Bad Urach, P+R Parkplatz Bahnhof
Ziel: Rundweg
Länge: 7,6 km
Anreise: Bahn bis Bad Urach Bahnhof
www.grafensteige.de

30 BurgFelsenPfad

Start: Wanderparkplatz, Lindenbühlstraße, Ehingen-Unterwilzingen
Ziel: Rundweg
Länge: 7 km
Anreise: Ab Busbahnhof Ehingen mit der Linie 319
www.tourismus.alb-donau-kreis.de/de/urlaubsthemen/wandertouren/eiszeitpfad-burgfelsenpfad

Anreise und Mobil vor Ort

Wann sind Sie das letzte Mal mit Bus oder Bahn in die Natur gefahren? Probieren Sie es unbedingt wieder aus. Umweltfreundlich, ohne Staus und Parkplatzsuche entspannt unsere zahlreichen Wanderwege mit Bus und Bahn erreichen.

Vor Ort machen die Bus- und Bahnlinien des naldo Freizeit-Netz sowie ganzjährige Züge und Linienbusse autofreie Touren im Biosphärengebiet möglich. Ein ganz besonderes Angebot ist der Abholservice der Biosphärengastgeber mit dem Sie direkt vom Bahnhof oder nach Ihrer Wanderung zu Ihrer Unterkunft gelangen. Eine ideale Alternative für Ausflugsfahrten ohne eigenes Auto bietet auch das Carsharing. Gruppenreisen im Biosphärengebiet sind mit Busgruppenreisen sehr einfach möglich.



Alle wichtigen Informationen zur Anreise mit und ohne Auto sowie zu den Möglichkeiten, das Biosphärengebiet vor Ort ohne Auto zu erkunden, erhalten Sie unter
www.mobilitaet.biosphaerengebiet-alb.de

Elektronische Fahrplanauskunft: **www.efa-bw.de**
www.carsharing.de

Das Biosphärengebiet barrierefrei bereisen

Auch für Rollstuhlfahrer und Eltern mit Kinderwagen gibt es im Biosphärengebiet attraktive Ausflugsziele, die mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen sind.

Über die Stationsdatenbank Baden-Württemberg (www.bwegt.de/ihr-nahverkehr/karten/stationsdatenbank) können Sie sich über die Barrierefreiheit der einzelnen Bahnhöfe informieren.

Die Broschüre „Erfahrbar" bietet viele barrierefreie Freizeittipps für das Biosphärengebiet Schwäbische Alb. Diese ist im Biosphärenzentrum erhältlich. Weitere Informationen auch über
www.erfahrbar-rt.de

Mit den Biosphären-Botschaftern zu geheimnisvollen Orten



Möchten Sie auf ganz besondere Weise mehr über das Biosphärengebiet Schwäbische Alb erfahren? Wollen Sie wissen, wieso bereits die Kelten, die Römer oder auch Dichter wie Eduard Mörike, Christoph Weinland oder Wilhelm Hauff sich auf der Schwäbischen Alb niedergelassen haben? Lernen Sie Sagen und Bräuche, Tiere und Pflanzen kennen, erfahren Sie bei einem zünftigen Vesper wie die Alb schmeckt oder genießen Sie einfach den herrlichen Anblick der Landschaft! Unsere erfahrenen Natur- und Landschaftsführer und Natur- und Landschaftsführerinnen, genannt „Biosphären-Botschafter", werden Sie zu echten Geheimtipps entführen und tauchen gemeinsam mit Ihnen in die faszinierende Kultur und Geschichte des Biosphärengebiets Schwäbische Alb ein. Auf Entdeckungsreise geht es zu Fuß, mit dem Rad oder mit dem Bus.
Für Einzelreisende und Gruppen bieten die Biosphären-Botschafter ein vielfältiges Jahresprogramm mit festen Terminen, an denen jeder gegen ein kleines Entgelt teilnehmen kann.

Für Gruppenreisen ist es außerdem möglich, individuell zugeschnittene Touren an Ihren Wunschterminen zu organisieren, sei es für Familien, Vereine, Betriebsausflüge oder sonstige Kleingruppen. So erhalten Sie die Chance, Ihr Reiseziel Biosphärengebiet zu entdecken, auch im Rahmen fremdsprachiger Angebote.



Qualitätsversprechen

Damit unsere Biosphären-Botschafter höchste Qualitätsansprüche erfüllen können, haben sie sich nach bundeseinheitlichen Standards zertifizieren lassen und eine umfassende Weiterbildung zu den Themen des Biosphärengebiets durchlaufen. Ansprechpartner und weiterführende Informationen zur Buchung finden Sie unter
www.biosphaeren-botschafter.de

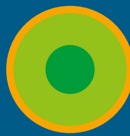
VISIT…

LANZAROTE
Caliente.COM



Wandern im Biosphärengebiet

Biosphärengebiet Schwäbische Alb



Wandern und Kulinarik

Natur- und Kulturerlebnis, die Freude am Wandern und der Genuss regionaler Spezialitäten gehören im Biosphärengebiet Schwäbische Alb zusammen. Hier wird kulinarische Tradition bewahrt und kreativ weiterentwickelt. „Hochgenuss auf Schwäbisch"– dafür stehen insbsondere die „Biosphärengastgeber", eine Gruppe von Hoteliers und Gastronomen im und um das Biosphärengebiet Schwäbische Alb. Diese haben sich zusammengeschlossen, um ihre Verbundenheit mit dieser einzigartigen Kulturlandschaft und die Leidenschaft zu ihrer Arbeit zu unterstreichen. Unverwechselbar albtypische Gerichte wie Lamm im Kräutermantel, Albleisa mit Spätzle oder natürlich Maultaschen in vielen Variationen sowie hochwertige Zutaten aus dem Biosphärengebiet Schwäbische Alb wie Dinkel, Linsen und Streuobstsäfte sind in den Küchen der Biosphärengastgeber selbstverständlich. Die Biosphärengastgeber sind ein wichtiger Teil der Partner-Initiative des Biosphärengebiets. Besuchen Sie einen unserer Biosphärengastgeber, um einen erlebnisreichen Wandertag mit einer leckeren regionaltypischen Mahlzeit abzurunden und so zum Erhalt der einzigartigen Kulturlandschaft beizutragen. Zu den Partnern des Biosphärengebiets zählen ebenfalls zahlreiche verarbeitende Betriebe, bei denen Sie sich mit regionalen Köstlichkeiten von den Alb-Spätzle bis zum Zwetschgenbrand eindecken können. Einige der Partner ermöglichen Ihnen spannende Einblicke hinter die Kulissen: Erleben Sie live die Produktion berühmter schwäbischer Delikatessen. Gemeinsame Qualitäts- und Umweltstandards sorgen für ein hohes Niveau bei jedem beteiligten Partnerbetrieb. Mit „ALBGEMACHT" wurde im Biosphärengebiet eine Regionalmarke entwickelt und eingeführt, die im Kern die biologische Vielfalt auf den Wiesen und Äckern erhält und fördert. Anhand kontrollierter Kriterien tragen die Produkte unmittelbar dazu bei, Streuobstwiesen und Wacholderheiden zu schützen und sorgen für mehr blühende Wiesen und artenreiche Äcker. Zur Produktpalette gehören u.a. Milch, Apfelsaft, Wein, Mehl, Maultaschen, Lammsalami und -schinken.





Detaillierte Informationen zu unseren zertifizierten Biosphärengebiets-Partnern sowie zur Marke „ALBGEMACHT" erhalten Sie auf
www.biosphaerengastgeber.de
www.biosphaerengebiet-partner.de
www.albgemacht.de

Partner
Biosphärengebiet Schwäbische Alb

ALBGEMACHT
c'scheides aus dem Biosphärengebiet Schwäbische Alb

Die Biosphären gastgeber
Hochgenuss auf schwäbisch

hochgehberge - hoch gehen um runter zu kommen

1 – 21



Eine Spur nachhaltiger wandern im Biosphärengebiet Schwäbische Alb. 21 ausgezeichnete Prädikatswanderwege laden zum unbeschwerten Erkunden der Natur ein. Wer einmal hoch geht wird staunen, wie beruhigend sicher man dort oben herunterkommen kann. Die »hochgehberge« eröffnen Zugänge zu ganz unterschiedlichen Landschaftsformationen - bergauf, bergab führen die zertifizierten Wanderwege durch schützenswerte Natur, vorbei an geschichtsträchtigen Burgen und Festungen. Herrliche Aussichten über Streuobstwiesen, duftende Wacholderheiden und sattgrüne Buchenwälder sind garantiert.

Einkehrmöglichkeiten bei Biosphärengastgebern: Entlang der Touren gibt es Einkehrmöglichkeiten u.a. in Bissingen an der Teck (Ochsenwang), Lichtenstein (Honau), Metzingen (Glems), Münsingen und Reutlingen. ÖPNV Anbindung: Einige der Touren sind bequem mit Bus und Bahn zu erreichen.

Weitere Infos: www.hochgehberge.de



Start: Je nach ausgewähltem Weg, unterschiedlicher Startpunkt
Ziel: Rundwege
Länge: 170 km Gesamtlänge, Wege zwischen 4 km und 10 km
Schwierigkeitsgrad: leicht-mittel
Besonderheiten: nachhaltig unterwegs auf 21 zertifizierten Rundwanderwegen

Albsteig – Traumbalkon im Süden

22



Der Albsteig ist ein echter Klassiker unter den Fernwanderwegen: Er ist der Hauptwanderweg 1 des Schwäbischen Albvereins und gehört seit 2012 zu den 16 „Top Trails of Germany". Für manche zählt der zertifizierte Qualitätsweg zu den schönsten Europas. Immer an der Kante entlang schlängelt sich der Albsteig zwischen Donauwörth und Tuttlingen meist auf naturbelassenen Pfaden am Albtrauf, der nördlichen Steilflanke der Schwäbischen Alb. Die Erlebnisroute passiert auf gut 350 Kilometern beeindruckende Landschaften, geologische Sensationen, stolze Burgen, Märchenschlösser und verwunschene Tropfsteinhöhlen. Immer wieder eröffnen sich den Wandernden von zahlreichen „Aussichtsbalkonen" atemberaubende Panoramen weit über das Albvorland. Auf insgesamt 15 Etappen wandern Sie oft auf malerischen Pfaden, haben faszinierende Aussichten und kommen an Orte und Stellen, die nur dem Wandernden vorbehalten sind. Hier kann jeder und jede das besondere Naturerlebnis spüren und die Weiten der Schwäbischen Alb genießen.



Start: Tuttlingen
Ziel: Donauwörth
Länge: 350 km, Streckenverlauf im Biosphärengebiet: siehe Karte
Aufstieg: 9040 m
Schwierigkeitsgrad: mittel–schwer
Besonderheiten: 15–22 Etappen, Aussichten über atemberaubendes Panorama des Albvorlandes, tiefe Schluchten, stolze Burgen, Märchenschlösser, verwunschene Tropfsteinhöhlen

Wege der Besinnung und Einkehr

23



Das Mehr des Lebens entdecken – die Wege der Besinnung und Einkehr laden Sie dazu ein, in einer jahrhundertealten Kulturlandschaft mit sanften Kuppen, dunklen Wäldern, lichten Auen und herrlichen Ausblicken über weites Land, den Alltag Schritt für Schritt hinter sich zu lassen. Die Wege wollen Sie dabei begleiten, sich über Ihr eigenes Leben Gedanken zu machen, Altes und Gewohntes zu überdenken, neue Horizonte in den Blick zu nehmen. Tafeln am Wegesrand geben Zeugnis von herausragenden Orten, dem Verhältnis von Mensch und Natur und regen auf Ihrem weiteren Weg zum Nachdenken an. Der 53 km lange Rundweg lässt sich in beiden Richtungen begehen und kann bequem in einzelne Abschnitte unterteilt werden. Ihm angegliedert sind eine Reihe von kleineren Themenrundwegen, die über Natur und Kultur der Alb informieren.



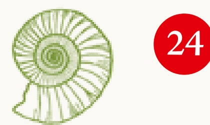


Start: Infozentrum Ehinger Alb, Dächingen
Ziel: Rundweg
Länge: 53 km
Aufstieg: 927 m
Schwierigkeitsgrad: überwiegend leicht–mittel, Teilstrecken schwierig
Besonderheiten: 11 Teilstrecken, sanfte Kuppen, dunkle Wälder, lichte Auen, herrliche Ausblicke über weites Land



Gustav-Ströhmfeld-Weg

24



Eine Reise durch die Landschaftsgeschichte – der Gustav-Ströhmfeld-Weg gilt als einer der schönsten Wanderwege auf der mittleren Schwäbischen Alb. Auf 22 Kilometern führt er immer entlang des aussichtsreichen Albtraufs, von Metzingen nach Neuffen. Unterwegs erwarten Sie geologische, naturkundliche und kulturelle Besonderheiten wie erloschene Vulkanschlote, Weinberge, Streuobstwiesen, Magerwiesen, schroffe Felsen und geheimnisvolle Höhlen. In der mächtigen Burgruine des Hohenneuffen versetzen Sie sich für einen Moment in die Zeit des Mittelalters und genießen den fantastischen Ausblick auf das Albvorland. Neben dem Hauptwanderweg sind sieben kürzere Rundwege ausgeschildert, auf denen zahlreiche Infotafeln die Attraktionen erläutern. Ein spannendes Natur- und Landschaftserlebnis für alle großen und kleinen Wanderer.



Startbahnhöfe: Metzingen, Neuffen und Dettingen
Ziel: Rundweg
Länge: 22 km
Aufstieg: 780 m
Schwierigkeitsgrad: mittel
Besonderheiten: 7 Rundenoptionen, erloschene Vulkanschlote, Weinberge, Felsen, Höhlen, Buchen-Hangwälder, Ziegen- und Schafweiden, Lesesteinriegel, Festungsruine Hohenneuffen

Grafensteige - Premiumwandern rund um Bad Urach

25 – 29

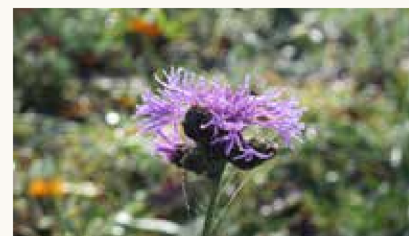


Auf den fünf Premiumwegen, den Grafensteigen, können Sie die Höhepunkte der abwechslungsreichen Landschaft rund um die Fachwerkstadt erkunden. Allen gemeinsam ist der sportliche Anspruch, den sie an die Wanderer stellen. Denn bei jedem gilt es, einmal den Aufstieg auf die Albhochfläche zu meistern. Belohnt werden Sie durch fantastische Ausblicke vom Albtrauf in die verschiedenen Täler rund um Bad Urach und zur Burgruine Hohenurach. Jeder der Grafensteige erinnert an eine Episode aus dem Leben von Graf Eberhard, der die Residenzstadt im 15. Jahrhundert entscheidend geprägt hat.

Einkehrmöglichkeiten bei Biosphärengastgebern:
Flair Hotel Vier Jahreszeiten, Hotel Graf Eberhard in Bad Urach.

ÖPNV Anbindung: Ermstalbahn bis Bahnhof Wasserfall Bad Urach und Bahnhof Bad Urach. Busanbindung nach Metzingen und Münsingen.

Weitere Infos:
www.badurach-grafensteige.de



Start: Je nach ausgewähltem Weg, unterschiedlicher Startpunkt
Ziel: Rundwege
Länge: zwischen 6,3 km und 10 km
Aufstieg: 927 m
Schwierigkeitsgrad: mittel
Besonderheiten: Die Grafensteige bieten Abwechslung vom Feinsten mit Wasserfällen, Höhlen, Burgruinen und malerischen Schluchten



Der BurgFelsenPfad im Großen Lautertal

30

Den wohl schönsten Teil des weit über die Grenzen Schwabens bekannten Großen Lautertals können Sie mit dem Burgfelsenpfad erwandern. Auf dem rund 7 Kilometer langen Rundweg erleben Sie all das, was in unserer Kulturlandschaft sonst kaum noch anzutreffen ist. Es erwartet Sie ein Naturparadies im Biosphärengebiet Schwäbische Alb, das Wasser, Felsen, Burgen, herrliche Aussichtspunkte und einen entstehenden Urwald vereint – fernab von störendem Lärm, Abgasen oder Straßen. Lassen Sie sich dieses spektakuläre Wandererlebnis nicht entgehen und tauchen Sie ein in die Welt von Biber, Reiher, Buntspecht und Co.

Weitere Informationen zum BurgFelsenPfad sind auf dessen Internetseite zu finden:
www.tourismus.alb-donau-kreis.de/de/urlaubsthemen/wandertouren/eiszeitpfad-burgfelsenpfad

Einkehrmöglichkeiten bei Biosphärengastgebern: Landhotel Wittstaig in Gundelfingen

ÖPNV-Anbindungen: Ab Busbahnhof Ehingen: Montag bis Sonntag mit der Linie 319

Startpunkt: Wanderparkplatz, Lindenbühlstraße, 89584 Unterwilzingen
Ziel: Rundweg
Länge: 7 km
Schwierigkeitsgrad: mittel
Besonderheiten: grandioser Blick ins Große Lautertal, eines der schönsten und burgenreichsten Täler im Land



Impressum: Herausgeber: Geschäftsstelle Biosphärengebiet Schwäbische Alb beim Regierungspräsidium Tübingen, Biosphärenallee 2-4, 72525 Münsingen, Tel. 07381 932938-0
01/2020 | **www.biosphaerengebiet-alb.de**

Design & Satz: www.kraenzledesign.de **Karte:** Tanja Donner
Bildnachweis: Angela Hammer, Marc Schultheiss, Ole Dierßen, Dietmar Nill, Thomas Kiehl, Kurverwaltung Bad Urach, Geschäftsstelle Biosphärengebiet Schwäbische Alb

Landkreis Esslingen
albdonaukreis
Ein Stück Schwäbische Alb!
WIR SIND SÜDEN. BADEN-WÜRTTEMBERG
ALBGEMACHT
Die Biosphären gastgeber
Bundesanstalt für Immobilienaufgaben

Nationale Naturlandschaften

Das Biosphärengebiet Schwäbische Alb gehört zu den „Nationalen Naturlandschaften", der Dachmarke der deutschen Nationalparks, Biosphärenreservate und Naturparks getragen von EUROPARC Deutschland e.V. | **www. europarc-deutschland.de**